



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی بوشهر

«مدیریت پژوهشی»

عنوان طرح پژوهشی

«بررسی اختلالات اسکلتی عضلانی ناشی از کار و تاثیر آن بر
کیفیت زندگی در پرستاران شاغل در بیمارستانهای دانشگاه
علوم پزشکی بوشهر»

مجریان طرح :

رسول همت جو و رضا کاظمی

همکاران طرح :

حسین قائدی، مسعود محمدی، رحیم طهماسبی

سال ۱۳۹۲ و ۱۳۹۱

پیشگفتار

هر چند که انتظار میرفت که در دهه های اخیر با در نوردیده شدن مرزهای علوم و دستیابی به فن آوریهای مدرن روز به روز از درد و رنج های انسان نیز کاسته شود ولی کم توجهی به اصول اولیه و اساسی توسعه پایدار باعث شد که هنوز هم روزانه هزاران نفر در محیط های کار، زندگی، راه، تفریح و... جان خود را از دست بدهد، حجم عظیمی از داراییهای سخت افزاری از بین برود، صدمات جبران ناپذیری بر محیط زیست وارد گردد، اعتبار چندین ساله سازمانها و حتی گاهها دولتها دچار خدشه گردد و...

و تاسف زمانی بیشتر میشود که اینگونه خسارات عمدتا در کشورهایی به وقوع می پیوندد که ظاهرا شتابان در مسیرهای توسعه گام بر میدارند و کشور عزیزمان ایران نیز از زمره همین کشورها محسوب میشود.

نگاه کلی از دیدگاه بهداشت و ایمنی بر محیط های شغلی و غیر شغلی در کشور به همراه نتایج تجزیه و تحلیل تعدادی از حوادث فاجعه بار سالیان اخیر نشان می دهد که در اغلب محیط های یاد شده هنوز هم پیش پا افتاده ترین، واضح ترین و کم هزینه ترین علل حوادث از نظر کنترل بدون توجه به حال خود رها شده، باورها و نگرشهای غیر ایمن بسیاری از تصمیم سازان و تصمیم گیرندگان روز به روز عمق بیشتری می گیرند، کم توجهی بر وسعت فاجعه بار هزینه های مستقیم و غیر مستقیم حوادث افزوده می شود و...

بدیهی است که یکی از اولین گام های رهایی از وضعیت کنونی بهداشت و ایمنی ارتقا دانش بهداشت و ایمنی کارشناسان بهداشت و محیط زیست به همراه مدیران و تصمیم گیرندگان خواهد بود و در همین راستا امید می رود که این طرح پژوهشی بتواند نقش هر چند کوچکی را در این مسیر ایفا نماید.

با تشکر و سپاس از

از همه کسانی که در این پروژه شرکت داشتند بخصوص
کارکنان بخش پژوهشی
مسئولین بیمارستانهای استان بوشهر
کلیه کارکنان بیمارستانهای وابسته به دانشگاه علوم پزشکی بوشهر

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۲	عنوان طرح
۳	پیشگفتار
۴	تقدیر و تشکر
۶	خلاصه گزارش
۷	مقدمه
۹	مواد و روشها
۱۱	یافته ها
۱۳	بحث و نتیجه گیری
۱۵	رفرنسها

چکیده

زمینه: اختلالاتهای اسکلتی-عضلانی، یکی از مهم ترین عوامل مؤثر ناشی از وضعیت نامطلوب بدن (پوسچر نامطلوب) هنگام کار است. توصیف تأثیر سطوح مختلف سیستم اسکلتی-عضلانی بر کیفیت زندگی مرتبط با سلامت و مرخصی استعلاجی، برای انتخاب راهبردهای پیش گیرانه مهم است.

هدف: مطالعه به منظور تعیین ارتباط کیفیت زندگی با اختلالاتهای اسکلتی-عضلانی پرستاران بیمارستانهای دانشگاه علوم پزشکی بوشهر انجام شد.

مواد و روشها: در این مطالعه مورد-شاهدی در سال ۱۳۹۱ بر روی پرستاران بیمارستانهای استان بوشهر انجام شد. تعداد ۱۵۰ نفر از پرستاران دارای اختلالاتهای اسکلتی-عضلانی (گروه مورد) و ۱۵۰ نفر از افراد فاقد اختلالاتهای اسکلتی-عضلانی (گروه شاهد) به صورت تصادفی انتخاب شدند. برای تعیین اختلالاتهای اسکلتی-عضلانی پرسش نامه نوردیک و برای اندازه گیری کیفیت زندگی ابزار SF۳۶ استفاده شد. داده ها با استفاده از آزمونهای آماری مجذور کای و رگرسیون لجستیک تحلیل شد.

یافته ها: شاخص های فیزیکی کیفیت زندگی درد جسمانی، سلامت عمومی، عملکرد جسمانی و محدودیت نقش به علت مشکلات جسمانی در دو گروه اختلاف آماری معنی دار داشتند ($P<0/001$). شانس ابتلا به اختلالاتهای اسکلتی-عضلانی در کسانی که کیفیت زندگی پایین، بالاتر از افراد با کیفیت زندگی بالا بود ($OR=0/4$ ، $CI=0/28-0/79$ ، 95% ، $P<0/001$).

نتیجه گیری: با توجه به یافته ها، شرایط جسمی و کیفیت زندگی پرستاران در ابتلا به دردهای مزمن اسکلتی-عضلانی مؤثر است و بهینه سازی این شرایط بر بهبود کیفیت زندگی تأثیر بسزایی دارد.

کلید واژه ها: کیفیت زندگی، عملکرد جسمی، پرسشنامه نوردیک

مقدمه:

پرستاران یکی از ارکان عمده بخش درمان هستند که با توجه به وضعیت کار، عهده دار وظایفی مثل کمک به جا به جاکردن مریض، بلند کردن وسایل و خم شدن به مدت طولانی می باشند که فعالیتهای فوق در بروز اختلالات اسکلتی عضلانی این قشر نقش بسزائی دارد(۱). اختلالهای اسکلتی -عضلانی مرتبط با کار از جمله بزرگترین مشکلات بهداشت شغلی در کشورهای صنعتی کشورهای در حال توسعه است. این آسیب ها در اثر تخریب تجمعی بافتهای دستگاه اسکلتی - عضلانی طی ماه ها و سال ها مواجهه با عوامل تنش زای بیومکانیکی و روانی- اجتماعی در محیط کار رخ می دهند. یکی از مهمترین عوامل مؤثر در بروز این آسیب های چند علیتی، وضعیت نامطلوب بدن (پوسچر نامطلوب) هنگام کار است (۱). بر پایه تحقیقهای انجام شده، برخلاف گسترش فزاینده فرایندهای مکانیزه و خودکار، اختلالهای اسکلتی- عضلانی مرتبط با کار عمده ترین عامل از دست رفتن زمان کار، افزایش هزینه ها و آسیب های انسانی نیروی کار به شمار می آیند (2). احساس درد و ناراحتی در قسمت های گوناگون دستگاه اسکلتی -عضلانی از مشکلات عمده محیط های کار است . به طوری که علت اصلی غیبتها را تشکیل می دهند . علت بیش از نیمی از غیبت ها در محیط کار اختلالهای اسکلتی-عضلانی است (3) .مرکز تحقیقات ملی بهداشت و ایمنی شغلی، بیماری ها و عوارض ناشی از کار را بر اساس اهمیت ملی از نظر شیوع، شدت و امکان پیشگیری طبقه بندی نموده است که در آن آسیب های اسکلتی -عضلانی پس از

بیماری های تنفسی شغلی در رتبه دوم قرار دارد (4). اختلالات اسکلتی -عضلانی از نظر اقتصادی بسیار هزینه ساز هستند و از میان آنها کمردردها، در جایگاه اول قرار دارند (5). بنابر اعتقاد برخی صاحب نظران سیستم های بهداشتی کشور، انجام مطالعه در زمینه کیفیت زندگی به پیشرفت و بهبود وضع سلامت آحاد جامعه کمک شایان توجهی می نماید (6). بر اساس گزارشی که هر ساله در خصوص با کیفیت ترین کشورها و شهرهای جهان برای زندگی منتشر می شود، در سال 2007 میلادی ایران رتبه 83 را به دست آورد (7). توصیف تأثیرات سطوح مختلف سیستم اسکلتی -عضلانی بر پیامدهایی مانند سطح کیفیت زندگی مرتبط با سلامت و مرخصی استعلاجی، برای ارایه خدمات بهداشت شغلی به کارگران، کارمندان و جامعه و انتخاب راهبردهای پیشگیرانه مهم است (8). نظر به اهمیت پرداختن به مسأله کیفیت زندگی به عنوان یکی از عوامل تأثیر گذار در بروز مشکلات اسکلتی - عضلانی در بین کارگران و نبودن اطلاعات کافی در این خصوص در داخل کشور و کم بودن اطلاعات در کشورهای دیگر، لزوم توجه به این مسأله حائز اهمیت است. تحقیق های قبلی در کشورهای دیگر و در کارگران سایر بخشهای صنعتی نشان داده اند که بیماری های اسکلتی -عضلانی بر روی کیفیت زندگی تأثیرگذار است (9) لذا، مطالعه حاضر به منظور تعیین ارتباط کیفیت زندگی با اختلال های اسکلتی- عضلانی درپرستاران بیمارستانهای استان بوشهر انجام شد.

مواد و روشها:

این مطالعه مورد- شاهدهی در سال ۱۳۹۱ و ۱۳۹۲ در بیمارستانهای دانشگاه علوم پزشکی بوشهر انجام شد. از بین پرستاران که در معرض خطر اختلالات اسکلتی-عضلانی بودند، ۱۶۵ نفر دارای اختلال های اسکلتی به عنوان گروه مورد و ۱۶۵ نفر فاقد اختلالات اسکلتی-عضلانی به عنوان گروه شاهد همسان سازی شده از نظر سن، جنس، سطح تحصیلات و نوع کار به صورت تصادفی ساده انتخاب شدند. هماهنگی های لازم با مسئولین بیمارستانها به عمل آمد و اطلاعات طی سه ماه جمع آوری شد. برای تعیین اختلالات اسکلتی-عضلانی از پرسش نامه نوردیک استفاده شد. این پرسش نامه در کشورهای حوزه اسکاندیناوی طراحی شده و شامل اطلاعاتی در مورد درد های گردن، شانه، آرنج، مچ، پشت، کمر، ران، زانو و پاست. در این تحقیق برای تأیید وجود اختلال های اسکلتی-عضلانی از پزشک متخصص طب کار یا دوره دیده طب کار استفاده شد. همچنین با مراجعه به پرونده های بهداشتی کارکنان در سال مطالعه، وجود یا عدم وجود مشکلات اسکلتی-عضلانی مورد بررسی و تأیید مجدد قرار گرفت. برای تعیین کیفیت زندگی از پرسش نامه SF۳۶ استفاده شد که روایی و پایایی آن توسط منتظری و همکاران تعیین شده بود (۱). متغیرهای مورد بررسی برای کیفیت زندگی شامل سلامت عمومی، عملکرد جسمانی، درد جسمانی، محدودیت نقش کاری به علت مشکلات جسمانی، عملکرد اجتماعی، شادابی و نشاط، مسایل عاطفی و سلامت

روان بودند. این عامل بر اساس میانه امتیاز به دو گروه کیفیت زندگی پایین و بالا تقسیم بندی شد. برای پرکردن پرسشنامه از دو کارشناس بهداشت حرفه ای و یک پزشک آموزش دیده استفاده شد. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS16 و آزمونهای آماری مجذور کای، نسبت شانس با ۹۵ درصد حدود اطمینان و رگرسیون لجستیک تحلیل شدند.